

自分でできる
パソコンのメンテナンス方法



Windows 11 対応

2023 年 5 月版

IT **マガジン**

INDEX

1. Window アップデート
2. マイクロソフトアプリのアップデート
3. Microsoft Edge のアップデート
4. Microsoft Edge の履歴を削除する
5. 不要ファイルの削除をする
6. Windows を完全にシャットダウンする

メンテナンスの頻度は？

毎月 1 回 定期的に行うのがおすすめです

ここで紹介するメンテナンス方法は、フジデンキでお客様に提供しているメンテナンス方法をもとにわかりやすく解説しています。

難しい作業ではありませんのでぜひご自分で作業していただければと思います。

作成日：2023 年 5 月

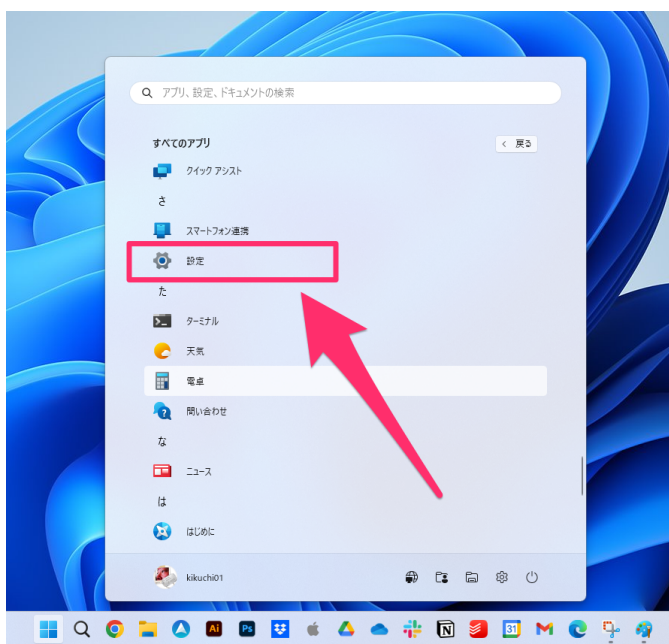
作成者：フジデンキ 菊地弘尚

1. Windows アップデート

Windows を最新の状態にするため、Windows アップデートを実施します。

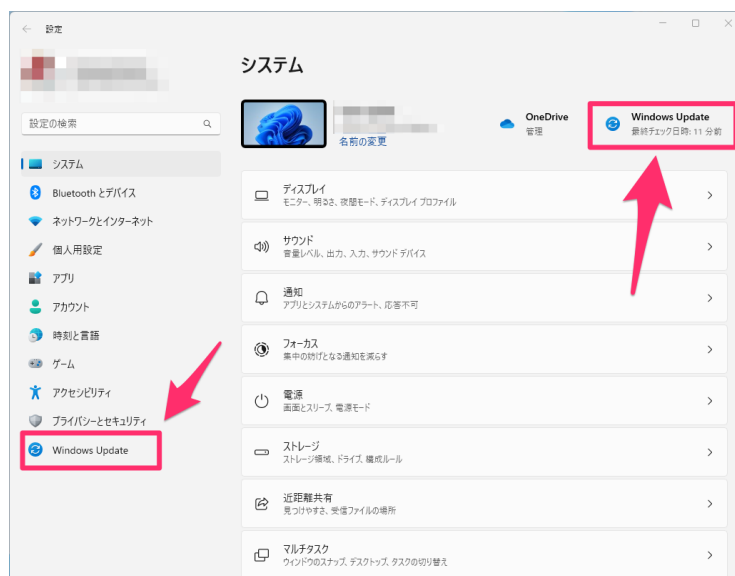
Windows アップデートはパソコンが動作中、自動的に行ってくれますが、手動で行うこともできます。使わない時間が長かった場合などは手動で実施しましょう。

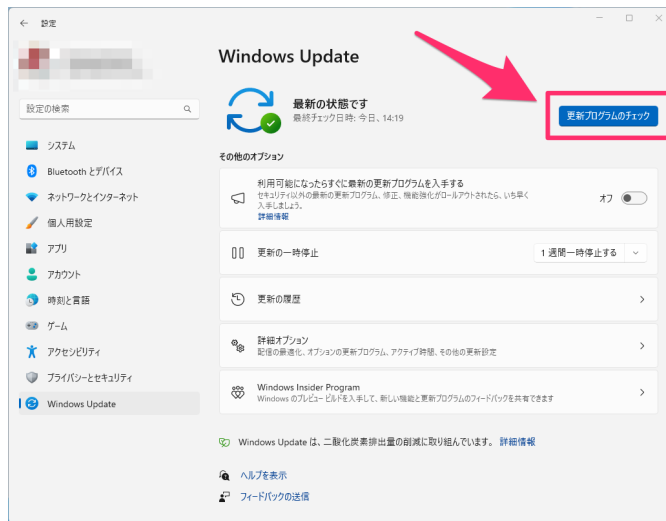
また、最新の状態になっているかを確認することにもなるので、時々実施しておくといいでしょう。



スタートメニュー から
すべてのアプリ を開き
設定 をクリックします。

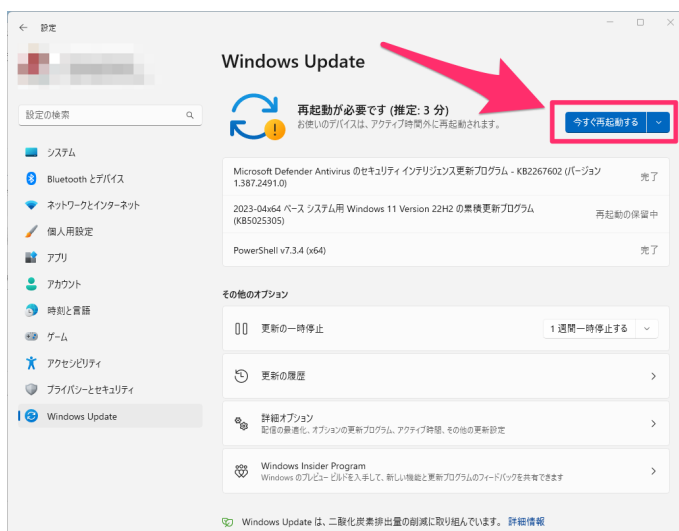
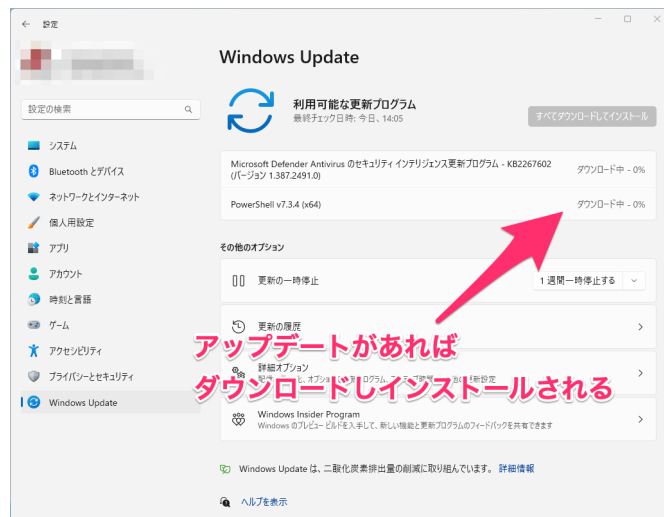
システム が表示されるの
で、その中にある
Windows Update を
クリックします。





Windows Update で
更新プログラムのチェック をクリ
ックします。

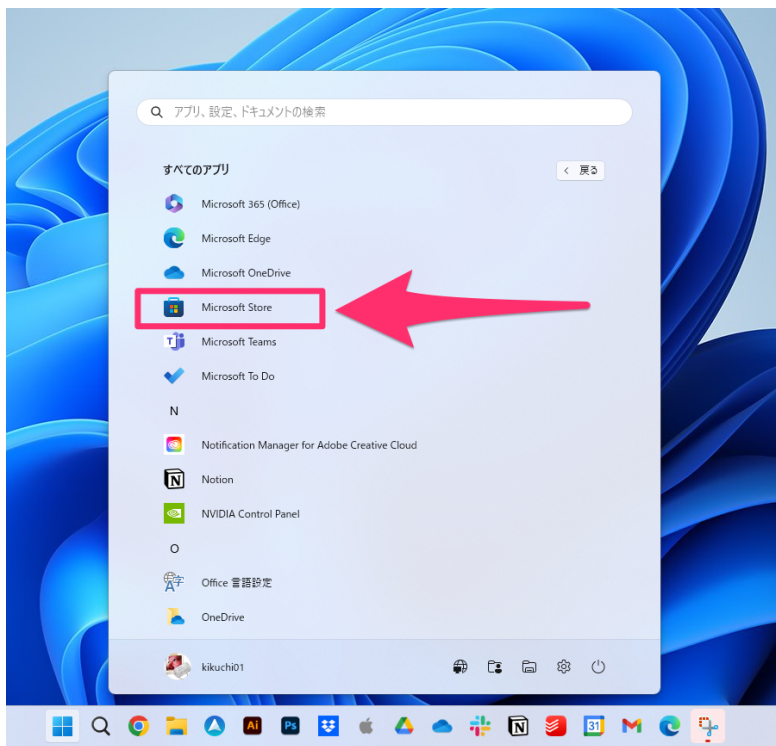
アップデート（更新プログラム）
があれば
ダウンロードしインストールされ
るので
作業が終わるまで待ちます。



アップデートの内容によっては
再起動が必要になり、その表示が
出た時には
今すぐ再起動する をクリックし
再起動します。

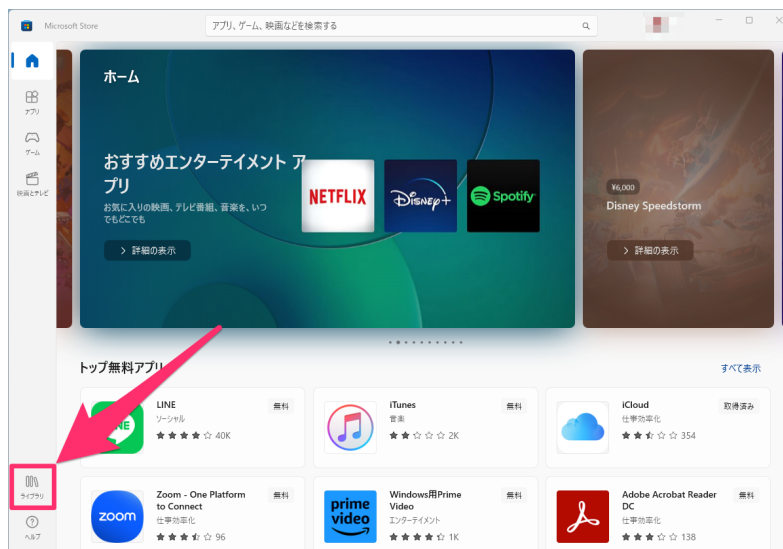
2. マイクロソフトストアアプリのアップデート

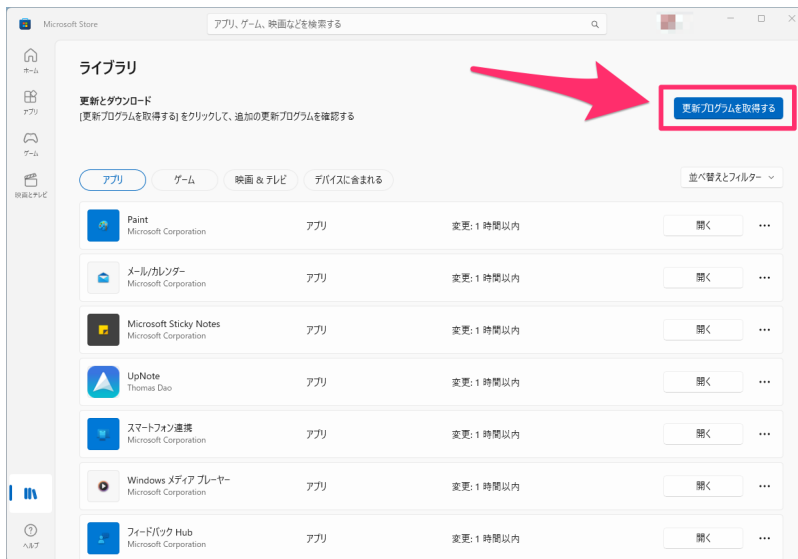
マイクロソフトストア経由で提供されているアプリのアップデートをします。



スタートメニュー から
すべてのアプリ を開き
Microsoft Store をクリ
ックします。

Microsoft Store が開
くので、左下にある
ライブラリ をクリッ
クします。

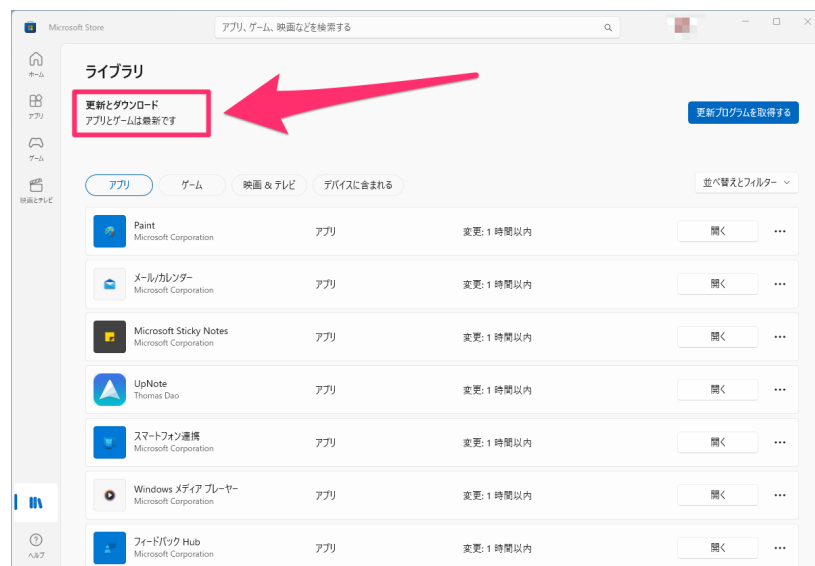




ライブラリ の右上にある

更新プログラムを取得する をクリックすると更新プログラムの有無をチェックし、ダウンロードとインストールを自動で行なってくれます。

右記のように更新とダウンロードでアプリとゲームは最新です という表示になれば、マイクロソフトストアから入手したアプリはすべて最新です。

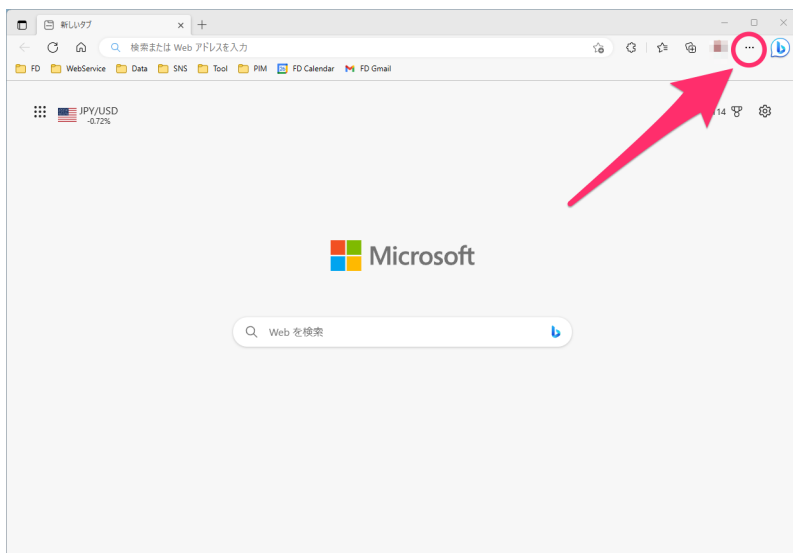


マイクロソフトストア アプリは、最初から Windows にインストールされているものも多数ありますが、ストアから無料・有料※で購入してインストールすることができます。購入したものも含めて、マイクロソフトストアで提供されるアプリは、Microsoft Store のアプリで管理されます。

※有料のアプリの購入にはマイクロソフトアカウントとクレジットカードなどの決済方法の指定が必要です。

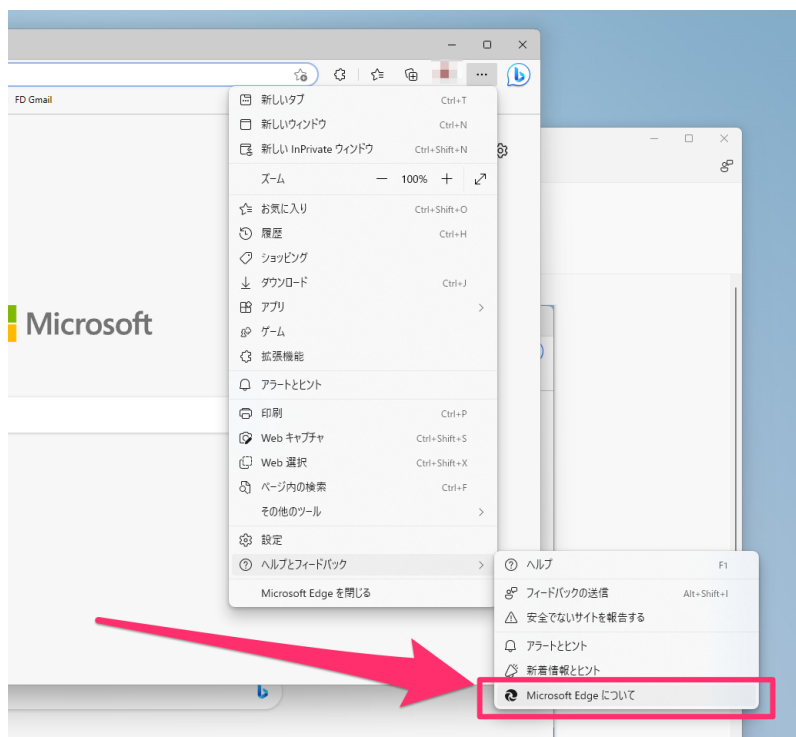
3. Microsoft Edge のアップデート

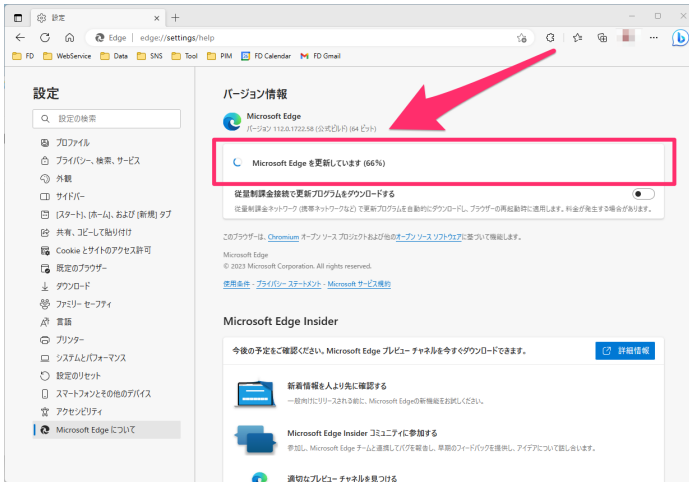
Windows 標準のブラウザ Edge (エッジ) のアップデートをします。



Edge を開き、ウィンドウ
右上の
… アイコンをクリック
します。

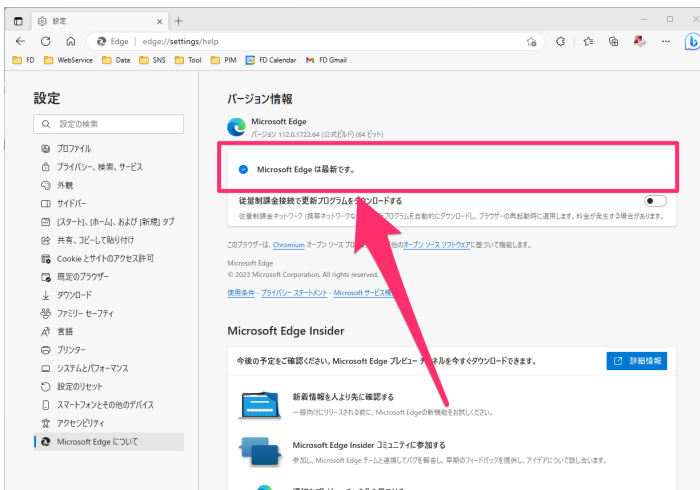
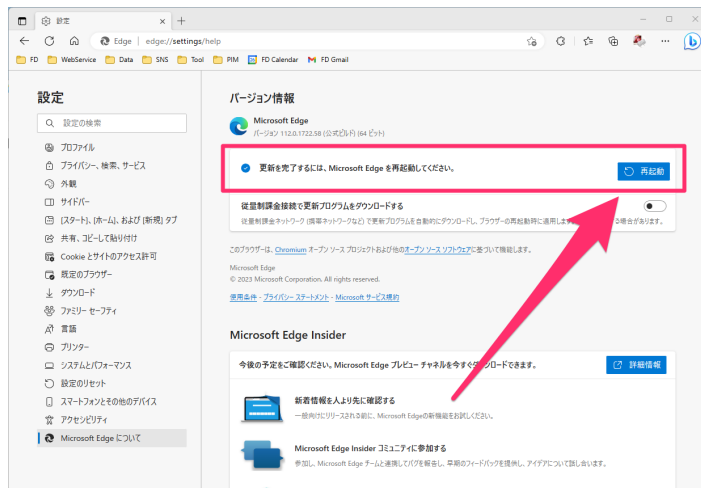
… アイコンをクリック
するとメニューが開くの
で、その中から
ヘルプとフィードバック
をクリックし
ヘルプメニューから
Microsoft Edge について
をクリックします。





バージョン情報が表示され
アップデートがあれば、自動的に
更新作業をします。

更新を終えるには再起動が必要
なので再起動をクリック
します。

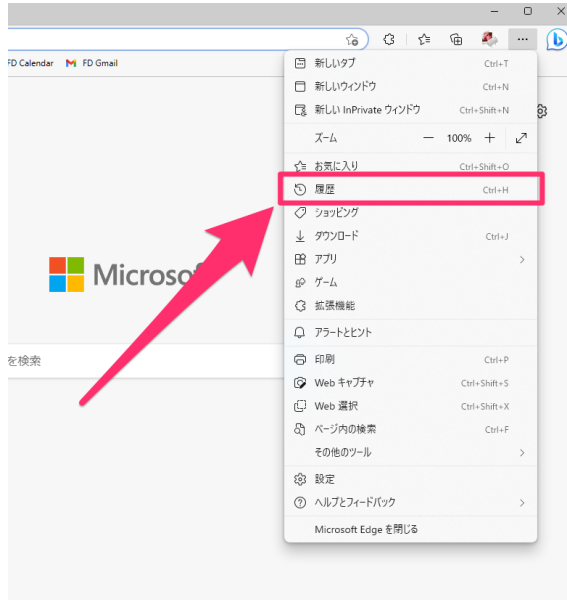


再起動し
Microsoft Edge は最新です。と
表示されれば、Edge が最新版に
なっています。

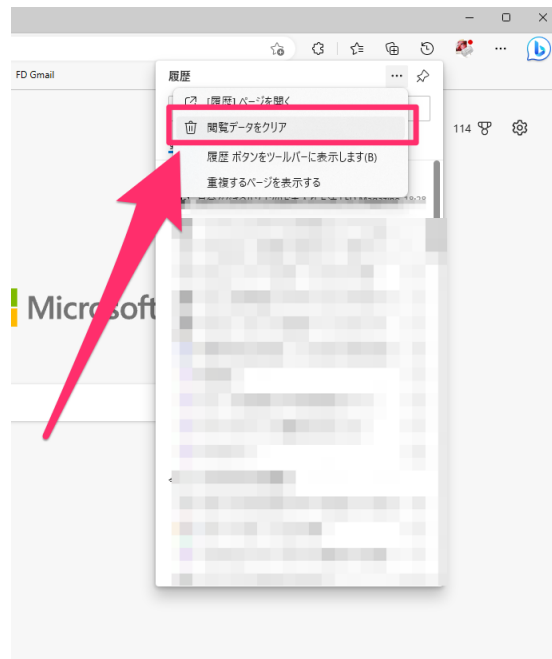
Edge のアップデートは自動で行われますが、あまり使っていないパソコンではアップデート
されないこともあります。

4. Microsoft Edge の履歴を削除する

ブラウザの Edge は過去に表示されたサイトの情報を保存しますが、古いデータがあると不具合を起こしたり、ディスクの容量を無駄に消費するので、履歴を削除します。



Edge を開き、... アイコンをクリックし表示されたメニューから履歴 をクリックします。



履歴ウィンドウが表示されるのでその中の ... アイコンをクリックし表示されたメニューから閲覧データをクリア をクリックします。

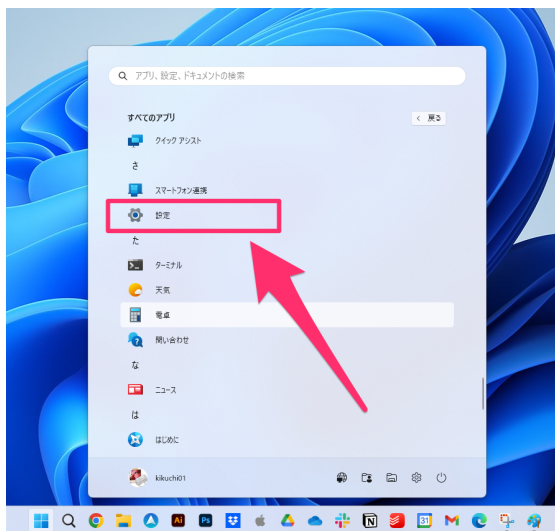


履歴データをクリアのウィンドウで時間の範囲をすべての時間にします。チェックを入れた項目が削除されるので指定します。サインインしているサイトからサインアウトしたくない場合は Cookie およびその他のサイトデータのチェックを外します。

指定が済んだら 今すぐクリア をクリックし閲覧データを削除します。

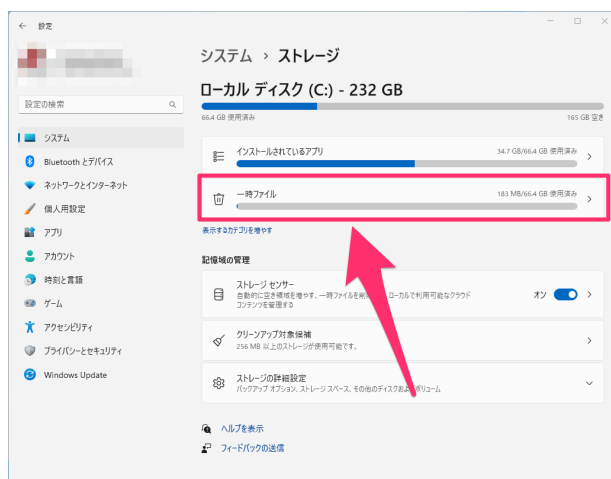
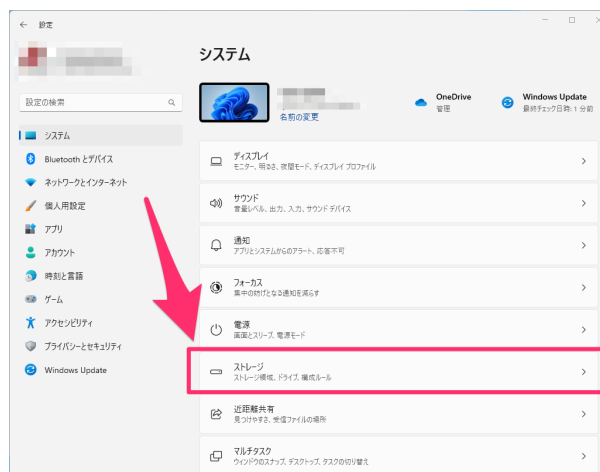
5. 不要ファイルの削除をする

Windows には使われなくなった不要ファイルを安全に削除する機能があります。
不要ファイルを削除することでディスクの容量に空きができます。



スタートメニュー から
すべてのアプリ を開き
設定 をクリックします

システム が表示されるので
その中から ストレージ を
クリックします。



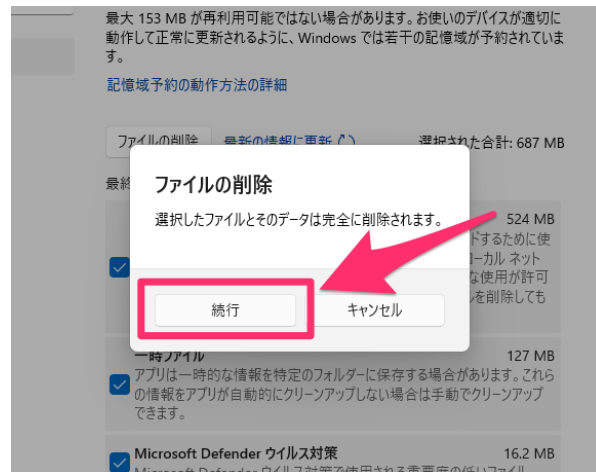
ストレージ の中から
一時ファイル をクリックします。



一時ファイルのデータをチェック
するのでしばらく待ちます。
チェックが終わったら
ファイルの削除 をクリックします。

※チェック項目は初期設定のままで
いいですが、削除したい場合は
チェックを入れてもいいです。

ファイルの削除 ウィンドウが表示
されるので、**続行** をクリックすると
不要ファイルが削除されます。



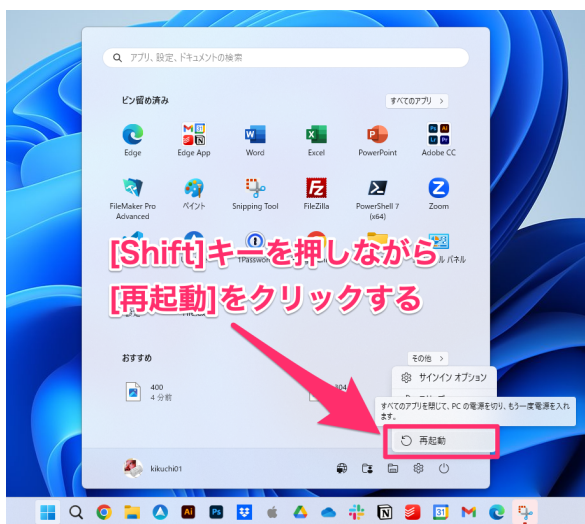
削除するデータの容量によっ
ては時間がかかることがあり
ます。

**一時ファイルのクリーンア
ップが完了しました。** という
表示が出れば完了です。

一時ファイルは数十 GB になることもあり、ディスクの容量を圧迫しますので
時々削除するようにしましょう。

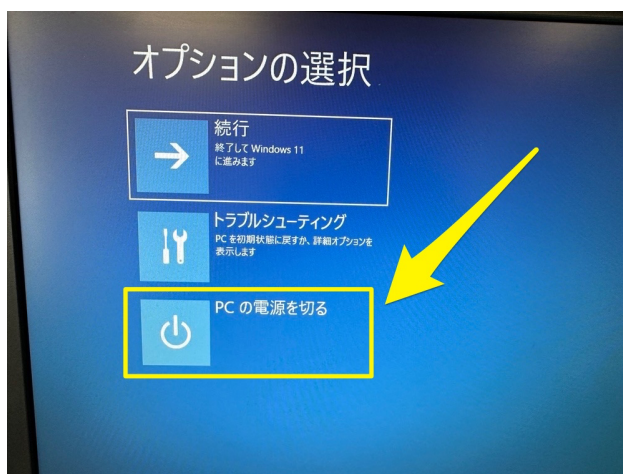
6. Windows を完全にシャットダウンする

すべての作業が終わったら、Windows を完全にシャットダウンしてリセットします。



スタートから **電源ボタン** をクリックし表示されたメニューから **再起動** をクリックするのですが、この時に **[Shift]キー**を押しながら **再起動** をクリックします。

少し待つと右記のような **オプションの選択** ウィンドウが出ますので、この中から **PC の電源を切る** をクリックします。



Windows 10 や 11 では高速起動モードが有効化されており、シャットダウンをしても実は完全にシャットダウンしていません。(テレビをリモコンで電源を切った状態)
上記の方法で **PC の電源を切る** を実施すると完全なシャットダウンになります。
(テレビの主電源を切った状態)

完全なシャットダウンをすることで、誤動作が記憶されていたり不具合が発生していたものがリセットされ改善されることがあります。

不具合等がなくても月に1度程度は完全なシャットダウンをしておくといいでしょう。

※普段は通常のシャットダウンでOKです。